



あなたもチャレンジ！ 家庭菜園

Kitchen Garden

## サトイモの収穫と上手な貯蔵のコツ

宮藤智幹 監修



サトイモの主成分はでんぷん類、このでんぷんは加熱すると糊化し、消化吸収しやすくなります。カリウムは芋類の中では最も多く、高血圧予防に効果的です。

タンパク質、ビタミンB群、Cなどを多く含み、栄養価が高いのが特徴、しかも食物繊維も豊富で水分に富み、以外に低カロリー、体重が気になる方にもお勧めです。

秋になって盛んに育ち、芋が肥大したサトイモは、晩秋に入ると育ちが止まり、収穫期を迎えます。

収穫適期の目安は、葉の緑が黄化し始め、葉が少し垂れ気味になった頃です。サトイモは寒さに弱く、1〜2回霜を受けただけで葉は容易に枯れてしまいますが、この頃が収穫の限界です。掘り遅れると品質

を損ねるだけでなく、貯蔵した場合の故障芋が多くなってしまうです。

収穫するに先立って、図のようにあらかじめ葉身を地上5〜6cmの高さで、鎌で刈り取っておきます。芋や根は強大に太っているので、株の側方に大きくくわを打ち込んで、子芋や孫芋を外さないよう注意して、株全体を丁寧に掘り上げます。

すぐに利用する場合は、その場で全ての子芋、孫芋、ひ孫芋を親芋から取り外します。多数の株を効率よく取り外すには、外側の外れやすい子芋を取り除き、残った株を手で持ち上げて、大きなビール瓶などで横から強く打つと、案外傷つかずによく外れ落ちます。

貯蔵する場合には、子芋、孫芋などを外さないよう、特に注意して取り扱います。外れてしまうとその傷口から傷み始めるので、貯蔵中の故障株が多くなります。

貯蔵する場合は排水の良い畑を選んで、幅40〜50cm、深さ60cmぐらいの貯蔵穴を設けます。そして掘り起こした株を丁寧に運び、地上部の切り口を下方に向けて丁寧に積み重ね詰め込みます。反対に詰めると子芋が離れやすく、傷口から腐敗する芋が多くなります。

貯蔵穴を全部詰め終わったならその上に麦わら、稲わら(カヤ)が得られれば最高などで覆い、5〜6cm覆土しておきます。さらに厳寒期に入った頃に10〜15cmの覆土を追加して寒さから守ります。

板木技術士事務所 ● 板木利隆



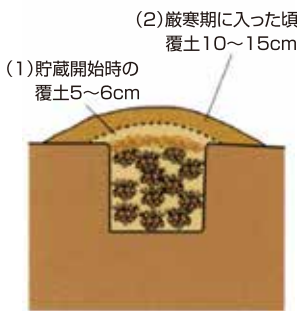
あらかじめ葉と葉柄を切り取り、作業しやすくしておく



芋が外れたり傷ついたりしないよう注意して掘り上げる



切り口を下に向けて詰め込む



(1)貯蔵開始時の覆土5〜6cm

(2)厳寒期に入った頃覆土10〜15cm

## 重要 平成30年分 確定申告のお知らせ

JA富士市を通じて平成29年分の確定申告書を提出した方に対しては、平成30年分から申告書に代えて、予定納税額などの申告に必要な情報を記載した「確定申告のお知らせ」を送付します。

なお、「確定申告のお知らせ」が送付される方には、申告書のほか青色決算書等も送付されませんので、必要な場合には、国税庁ホームページからダウンロードしていただくか税務署に送付の依頼をお願いします。

◎問合せ先・連絡先

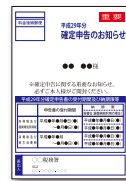
富士税務署

TEL:0545-61-2460(代表)

◎確定申告やホワイトパレスへの問合せ先

JA富士市資産相談課 富士市青島200-1

TEL:0545-51-2127



はがきのイメージです。



## ホワイトパレスの 忘・新年会 コミコミプラン!!

ボリューム満点のお料理に120分 飲み放題付!

税込 6,000円 (7品~)

\*写真はイメージです。



2019年2月末までの 特別メニュー

生ビール・ハイボール・NEWスパークリングワイン・ソフトドリンク飲み放題!!

